

Μαθαίνοντας τα παιδιά να αντιστέκονται στην βία (Μίνα Μπουλέκου, Συγγραφέας-Ποιήτρια)

/ [Πεμπτουσία](#)

Σχεδόν κάθε μέρα ακούμε στις ειδήσεις παιδιά να πέφτουν θύματα βίας, επιθετικής συμπεριφοράς ή να κακοποιούνται. Η βία είναι ένα φαινόμενο που έχει λάβει ανησυχητικές διαστάσεις στην σύγχρονη κοινωνία μας, όπου οι ρόλοι των ανθρώπων διαδέχονται ο ένας τον άλλο με μεγάλη ευκολία.

Βία στα μέσα ενημέρωσης, στις γειτονιές μας, ακόμη και στα σχολεία μας κάνουν τα παιδιά μας να αισθάνονται φοβισμένα και ανασφαλή. Ωστόσο, υπάρχει ελπίδα. Οι γονείς έχουν μια μοναδική ευκαιρία να μιλήσουν με τα παιδιά τους μεγαλώνοντας τα και δίνοντας τους εκείνα τα εφόδια όπου θα μπορέσουν να αντισταθούν σ' αυτή την σκληρή πραγματικότητα.

Είναι πολύ δύσκολο να αντιμετωπίσει κανείς μια παιδική ψυχή που σε κοιτά στα μάτια και περιμένει εξηγήσεις, γιατί συνέβη σε αυτό, εξηγήσεις που όπως αντιλαμβάνεστε είναι δύσκολο να δώσει κανείς χωρίς την κατάλληλη παιδοψυχιατρική υποστήριξη.

Πολλές έρευνες έχουν δείξει ότι οι ακραίες συμπεριφορές ξεκινούν από νωρίς στην ζωή ενός ανθρώπου ανάλογα με τα βιώματα που είχε και σε συνάρτηση με το πώς μεγάλωσε.

Ωστόσο, οι γονείς όσο και τα υπόλοιπα μέλη της οικογένειας που ενδιαφέρονται για την υγιή ανάπτυξη του παιδιού τους, τόσο σε οικογενειακό, όσο και σε κοινωνικό επίπεδο πρέπει να δώσουν έμφαση στην ανάπτυξη μιας συγκροτημένης και δομημένης προσωπικότητας έτσι ώστε να μπορούν να βοηθήσουν αποτελεσματικά σε κάθε είδους μορφή βίας που εκδηλώνεται και στην επιτυχή εξάλειψή της.

Οι γονείς παίζουν σημαντικό ρόλο στην αντιμετώπιση αυτής της «γάγγραινας» μέσα από την σωστή ανατροφή των παιδιών τους, δημιουργώντας εκείνες τις κατάλληλες προϋποθέσεις όπου τα παιδιά τους θα αισθάνονται ασφαλή και δίνοντας τους εξ' ολοκλήρου την αμέριστη αγάπη και προσοχή τους ώστε να αναπτύξουν ένα αμοιβαίο κλίμα εμπιστοσύνης.

Δεν είναι εύκολο για έναν γονιό να δείχνει την αγάπη του σε ένα παιδί όλη την ώρα. Και μπορεί να είναι ακόμα πιο δύσκολο αν είναι νέος, άπειρος, ή μεγαλώνει

μόνο μ' ένα γονέα, ή αν το παιδί έχει κάποια ιδιαιτερότητα ή ειδική ανάγκη και δυσκολεύεται να προσαρμοσθεί.

Βεβαιωθείτε ότι τα παιδιά σας βρίσκονται σε μια διακριτική επίβλεψη από την πλευρά σας, αφήνοντας τους πάντα τον κατάλληλο χώρο που θα πρέπει να έχουν για να μπορέσουν να αναπτυχθούν ομαλά με την σωστή καθοδήγηση.

Βέβαια όταν βρίσκονται σε μικρές ηλικίες όπου δεν συνειδητοποιούν την πιθανή έκθεση τους σε έναν κίνδυνο, τότε η παρέμβαση θα πρέπει να είναι άμεση από την πλευρά του γονιού όσον αφορά την ασφάλεια τους.

Πολλές μελέτες αναφέρουν ότι παιδιά που μεγαλώνουν χωρίς τον έλεγχο και την σωστή καθοδήγηση από την οικογένεια τους έχουν συχνά προβλήματα συμπεριφοράς, για αυτό να επιμείνετε στο να γνωρίζετε πού βρίσκονται τα παιδιά σας ανά πάσα στιγμή όπως και οι φίλοι τους.

Ενθαρρύνετε τα παιδιά σας να συμμετέχουν σε εποπτευόμενες εξωσχολικές δραστηριότητες, όπως συμμετοχή σε αθλητικές ομάδες, ενασχόληση με αθλήματα, προγράμματα διδασκαλίας, οργανωμένα camping κ.α.

Συνοδεύετε τα παιδιά σας στις εξωσχολικές δραστηριότητες και παρακολουθείστε τα πως συμπεριφέρονται σε σχέση με τα άλλα παιδιά. Διδάξτε τους πώς να ανταποκριθούν κατάλληλα, όταν οι άλλοι χρησιμοποιούν προσβολές ή απειλές εναντίον τους.

Εξηγήστε τους ότι η βία δεν είναι ο κατάλληλος τρόπος και η κατάλληλη συμπεριφορά και να τους ενθαρρύνετε να βρουν άλλους τρόπους έτσι ώστε να αποφευχθεί μια ενδεχόμενη διένεξη παρουσιάζοντας τους ως το καταλληλότερο μέσο επίλυσης μιας διαφωνίας τον διάλογο και την επικοινωνία μεταξύ τους.

Είναι πολύ σημαντικό, να μιλάτε με τα παιδιά σας ανοιχτά και ειλικρινά για αυτά που τους απασχολούν και να τους δίνετε τις σωστές εξηγήσεις. Ενθαρρύνετε τα να υποβάλλουν οποιαδήποτε ερώτηση σχετικά με οποιοδήποτε θέμα, ελεύθερα και χωρίς φόβο ότι θα έχουν συνέπειες. Διαφορετικά το παιδί σας μπορεί να δώσει τις δικές του εξηγήσεις που μπορεί να είναι και εσφαλμένες.

Τα παιδιά αισθάνονται καλύτερα όταν μιλούν για τα συναισθήματά τους, αναγνωρίστε τους ότι, τους κατανοείτε πλήρως, προκειμένου να αισθανθούν ότι είναι σε μια κατάσταση συναισθηματικής εκτόνωσης και απελευθέρωσης απέναντι στους φόβους τους.

Δημιουργήστε πρότυπα αξιών που θα έχουν ισχυρή επιρροή, βασιζόμενοι στον

σεβασμό και στην ειλικρίνεια.

Θέστε κανόνες με συνέπεια στους οποίους θα επιμείνετε απαρέγκλιτα γιατί όταν δεν τηρούνται δημιουργείται σύγχυση και επομένως χάνεται και η αξία από την μη σωστή τήρηση τους.

Κρατήστε τη βία έξω από το σπίτι σας, γιατί τα παιδιά χρειάζονται ένα ασφαλές και στοργικό σπιτικό όπου δεν πρέπει να μεγαλώνουν με φόβο.

Προσπαθήστε να κρατήσετε τα παιδιά σας μακριά από τα μέσα ενημέρωσης όπου προβάλλουν καθημερινά την βία. Μελέτες έχουν δείξει ότι λόγω της βίας που προβάλλεται στην τηλεόραση, στις ταινίες και στα κινούμενα σχέδια έχουν αρνητικές επιδράσεις στην συμπεριφορά τους δημιουργώντας επιθετικές συμπεριφορές μέσα στην καθημερινότητα τους. Βεβαιωθείτε ότι γνωρίζετε τι παρακολουθούν προκειμένου να αποφευχθούν τέτοιου είδους φαινόμενα που δείχνουν να έχουν τα σημερινά παιδιά.

Βοηθήστε τους να καταλάβουν πόσο οδυνηρό θα ήταν εάν αυτά που παρακολουθούν συνέβαιναν και στην πραγματική ζωή, καθώς και τις σοβαρές και επιζήμιες συνέπειες που θα είχαν. Συζητήστε μαζί τους τρόπους επίλυσης των προβλημάτων που προκύπτουν κάθε φορά.

Βοηθήστε τα παιδιά σας να σταθούν ενάντια στη βία.

Διδάξτε τους πως να ανταποκριθούν στον περίγυρο τους με ηρεμία ακόμα και όταν οι άλλοι τους προσβάλλουν ή τους απειλούν.

Βοηθήστε τα παιδιά σας να καταλάβουν ότι χρειάζεται περισσότερο θάρρος να αντισταθεί κανείς στη βία απ' ότι να γίνει μέρος αυτής που θα τους στιγματίσει αργότερα καθώς θα μεγαλώνουν.

Διδάξτε τους να μην κάνουν φυλετικές διακρίσεις και να μην ασκούν κριτική στους ανθρώπους που θα είναι επιζήμια για τις μετέπειτα κοινωνικές τους σχέσεις.

Ζητήστε από τα σχολεία όπως και από κάθε αρμόδιο φορέα να εμπλακούν όσον αφορά τις προσπάθειες πρόληψης κατά της βίας παρέχοντας ευρεία ενημέρωση και υποστήριξη σε όλες τις κοινωνικές ομάδες.

Και όπως έλεγε και ο αρχαίος Έλληνας Ιστορικός Πλούταρχος «Η ανατροφή των παιδιών μοιάζει με τα πλάσματα των κεραμοποιών, γιατί τον μαλακό πηλό τον πλάθουν όπως θέλουν, ενώ τον ψημένο δεν μπορούν να τον ματαπλάσουν. Το ίδιο και τα παιδιά, όσο είναι ακόμα μικρά μπορούν οι γονείς τους να τα μορφώσουν όπως θέλουν, όταν όμως μεγαλώσουν και γίνουν άντρες δεν μπορούν πια.»

Τα Παιδιά Μας είναι το Αυριανό Οικοδόμημά μας.

Τα Θεμέλια πάνω στα οποία θα χτίσουμε ένα Καλύτερο και πιο Ανθρώπινο Κόσμο.

**Από το Βιβλίο: «Προβληματισμοί του Σύγχρονου Ανθρώπου», εκδόσεις
Όστρια 2016**